



دانشگاه علوم پزشکی گیلان

دانشکده پرستاری و مامایی

پایان نامه

جهت دریافت درجه کارشناسی ارشد مشاوره در مامایی

موضوع

بررسی تاثیر مشاوره گروهی مبتنی بر درمان شناختی رفتاری بر اضطراب و یبوست زنان باردار

استاد راهنما:

دکتر فروزان الفتی

اساتید مشاور :

دکتر زینت جورابیچی

دکتر ابراهیم ساریچلو

نگارنده :

سولماز قربانی

بهار ۱۳۹۹

**زمینه و اهداف:** یبوست از شکایات شایع دوران بارداری با عوارض بالقوه قابل توجه ای است که تحت تاثیر عوامل مختلفی مانند اضطراب ایجاد یا تشدید می شود. دریافت دارو در دوران بارداری دارای محدودیت هایی است و نمی توان به راحتی از درمان های دارویی استفاده کرد. به همین جهت روش های غیردارویی بیشتر مورد توجه قرار می گیرد، بنابراین مطالعه حاضر با هدف بررسی تاثیر مشاوره گروهی مبتنی بر درمان شناختی رفتاری بر اضطراب و یبوست زنان باردار طراحی شده است.

**روش بررسی:** مطالعه حاضر از نوع مطالعه کار آزمایی بالینی تصادفی شده شاهد دار است که در سال ۱۳۹۸ بر ۶۲ مادر باردار مراجعه کننده به دو مرکز خدمات جامع سلامت شهری شهر تاکستان با روش نمونه گیری آسان انجام شد. افراد به روش تخصیص تصادفی به دو گروه مداخله (۳۲ نفر) و کنترل (۳۰ نفر) تقسیم شدند. ابزار مطالعه دو پرسشنامه فرم کوتاه اضطراب بارداری PRAQ-17 و فرم مقیاس سنجش یبوست در بارداری بود. مداخله ۶ جلسه مشاوره ای ۹۰ دقیقه ای و هفته ای یکبار بود. پیگیری بلافاصله و یک ماه و دو ماه بعد از آخرین جلسه مشاوره انجام شد. تجزیه و تحلیل داده ها با آزمون تحلیل واریانس با اندازه های مکرر (Repeated measure) و آزمون کای دو انجام شد. سطح معنی داری کمتر از ۰/۰۵ تعیین گردید.

**یافته ها:** از لحاظ سن گروه آزمون و کنترل با میانگین و انحراف معیار به ترتیب  $26/20 \pm 5/48$  و  $26/47 \pm 5/0$  اختلاف آماری معنی داری نداشتند. از نظر ویژگی های فردی- اجتماعی، اطلاعات مامایی، بررسی تغذیه و فعالیت بدنی دو گروه تفاوت معنی داری نداشتند ( $P > 0/05$ ). میانگین نمره اضطراب بارداری در زمان های مختلف اختلاف معنی داری داشت ( $P \text{ value} < 0/001$ ). سیر تغییرات میانگین اضطراب بارداری در گروه کنترل قبل از مداخله  $84/20$ ، بلافاصله بعد از مداخله  $83/30$ ، یکماه بعد از مداخله  $75/63$  و دو ماه بعد از مداخله  $87/20$  می باشد. سیر تغییرات میانگین اضطراب بارداری در گروه مداخله قبل از مداخله  $79/37$ ، بلافاصله بعد از مداخله  $58/63$ ، یکماه بعد از مداخله  $52/60$  و دو ماه بعد از مداخله  $59/97$  می باشد. سیر تغییرات میانگین یبوست بارداری در گروه کنترل قبل از مداخله  $17/87$ ، بلافاصله بعد از مداخله  $16/97$ ، یکماه بعد از مداخله  $14/30$  و دو ماه بعد از مداخله  $18/77$  می باشد. سیر تغییرات میانگین یبوست بارداری در گروه مداخله قبل از مداخله  $16/73$ ، بلافاصله بعد از مداخله  $9/10$ ، یکماه بعد از مداخله  $9/50$  و دو ماه بعد از مداخله  $9/63$  می باشد. به عبارتی با گذشت زمان در بین گروه ها از نظر میزان اضطراب و یبوست بارداری اختلاف معنی دار بوجود آمده است.

**بحث و نتیجه گیری:** نتایج کلی در مطالعه حاضر نشان داد که مشاوره گروهی درمان شناختی رفتاری موجب کاهش اضطراب و یبوست در مادران باردار به طور معنا داری نسبت به گروه کنترل شده است. از آنجایی که استفاده از روش دارویی در بارداری دارای محدودیت می باشد، بدین ترتیب درمان شناختی رفتاری بعنوان یک رویکرد درمانی غیر دارویی کارآمد، در کاهش اضطراب و یبوست بارداری در مراقبت های ادغام یافته مادران باردار توصیه می شود.



**Qazvin University of Medical Sciences**

**School of Nursing & Midwifery**

**Thesis submitted to achieve the Degree of M.Sc.**

**In**

**midwifery counselling**

**Title**

**The effects of group counseling CBT on the anxiety and constipation pregnant women**

**Under supervision of:**

**Dr.forozan olfati**

**Advisers:**

**Dr.Zinat Jourabchi**

**Dr.Mohammad ebrahim sarichloo**

**By:**

**Solmaz ghorbani**

**2020**

## Abstract

**Background and objective:** Constipation is a common complaint of pregnancy with significant potential complications that are triggered or exacerbated by various factors such as anxiety. There are limitations to taking the drug during pregnancy and it is not easy to use medication. Therefore, non-pharmacological methods are considered more, so the present study was designed to investigate the effect of group counseling based on cognitive-behavioral therapy on anxiety and constipation in pregnant women.

**Methods:** This study is a randomized controlled clinical trial with a parallel design that had been done easy sampling in the year 2019 on 62 pregnant mothers that visit two comprehensive urban health service center of Takestan County. Participants divided into two groups of intervention (32 persons) and control (30 persons). Research tools composed of a Pregnancy-related anxiety questionnaire (PRAQ) and form of test scale of constipation in pregnancy. The intervention was 6 counselling sessions that were 90 minutes, once a week. Follow up had been done immediately, one month and two months after the last session of a counselling session Data analysis was done with repeated amount test and K2 test. Meaningful level determined less than 0/05.

**Results:** In terms of age test and control group, average and standard deviation were  $26/47 \pm 50$  and  $26/20 \pm 5/84$  and there is no meaningful difference. In terms of individual-social characteristics, midwifery information, nutritional assessment, and physical activity weren't meaningful between two groups ( $p < 0/05$ ). The mean of pregnancy anxiety in different time scale was significant ( $P < 0.001$ ). The mean changes in mean gestational anxiety in the control group before intervention 84.20, immediately after intervention 83.30, one month after intervention 75.63 and two months after The intervention is 87.20. The course of changes in the mean of pregnancy anxiety in the intervention group before the intervention is 79.37, immediately after the intervention 58.63, one month after the intervention 52.60 and two months after the intervention 59.97. 17.87, immediately after the intervention of 16.97, one month after the intervention of 14.30 and two months after the intervention of 18.77. Pregnancy constipation in the intervention group before the intervention of 16.73, immediately after the intervention of 9.10, one month after the intervention of 9.50 and two months after the intervention of 9.63, in other words, the time difference between the groups in terms of anxiety and gestational constipation Dar has been created.

**Conclusion:** The overall results of the present study showed that group counseling of cognitive-behavioral therapy reduced anxiety and constipation in pregnant mothers significantly compared to the controlled group. Since the use of pharmacological methods in pregnancy is limited, cognitive-behavioral therapy as an effective non-pharmacological treatment approach is recommended to reduce the anxiety and constipation of pregnancy in the integrated care of pregnant mothers.

**Keywords:** Counseling, Cognitive behavioral therapy, Anxiety, Constipation, Pregnant woman.